

**«Формирование здорового образа
жизни школьников на основе
здоровьесберегающих технологий
через организацию волонтерского
движения объединения юных
медиков во внеурочной
деятельности»»**

Цель программы: апробация новых методов формирования ценностей здорового образа жизни школьников, через развитие волонтерского движения в образовательном учреждении.

- **Новизна программы:** заключается в апробации новых форм организации занятости детей. Возрождается идея шефства как средства распространения волонтерского движения. Шефами являются выпускники нашего образовательного учреждения, которые обучаются в сургутском медицинском институте. Участниками волонтерского движения объединения юных медиков «ПУЛЬС» являются учащиеся 9 – 11 классов, планирующие поступление в медицинские вузы страны, но мероприятия, которые проводятся ими, охватывают всех учащихся школы, родителей.
- Еще одной, на мой взгляд, не маловажной чертой программа является то, что в данное движение вовлечены учащиеся, стоящие на разных видах учета и самое главное на добровольческой основе.
- Идея шефства, как средства распространения волонтерского движения, осуществляется учащимися 10 классов (участники объединения «ПУЛЬС») во время осенних, весенних и летних (июнь) каникул, ребята становятся вожатыми в лагере с дневным пребывание детей.

Формы и методы работы: лекции, беседы, круглые столы, радио-выпуски, викторины, акции, флешмобы, тренинги, марафоны, видео-лекторий, выставки, спектакль, игры, презентации, конференции.

Содержание программы

Программа разбита на шесть разделов:

- 1.«Вредные привычки» - профилактика употребления алкоголя, табакокурения, ПАВ в подростковой среде.
- 2.«Культура здоровья» - бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
- 3.«Рациональное питание» - основы правильного питания, гигиенические основы культуры питания. Полезная и вредная пища.
- 4.«Физическая активность» - важность и необходимость занятий спортом для физического здоровья. Последствия пребывания тела в длительном статическом положении.
- 5.«Здоровый психологический климат в школе и семье» - эмоциональная составляющая здоровья. Эмоциональный интеллект.
- 6.«Кибербезопасность школьников в интернет-пространстве» - методы борьбы с опасными сетевыми контактами. Интернет и психическое здоровье школьников.

**Календарный план мероприятий
волонтерского движения
объединения юных медиков
«ПУЛЬС»
на 2018-2019 учебный год**

№ п/п	Название мероприятия	Дата проведения	Участники мероприятия
1	Обучение волонтеров по программе «Школа здоровья»	В течение года	Руководитель волонтерского движения, волонтеры
2	Работа волонтерской группы соц. опрос учащихся школы «Твое отношение к вредным привычкам»	7.09.18	Волонтеры, уч-ся 5-11 классов
3	Лекция «Семейные ценности»	14.09.19	Студенты-шефы Сургутского медицинского института, уч-ся 8-11 классов
4	Школьный радио-выпуск «Азбука здоровья»	28.09.19	Волонтеры, члены школьной радиокomпании
5	Игра путешествие на поезде «Здоровье»	4.10.18	Волонтеры, учащиеся 5-6 классов
6	Викторина «В объятиях табачного дыма»	11.10.18	Волонтеры, уч-ся 6-8 классов
7	Школьный радио-выпуск «Азбука здоровья»	25.10.18	Волонтеры, члены школьной радиокomпании

8	Профилактическая акция «Твое здоровье – бесценный дар!» (в лагере с дневным пребывание детей)	8.11.18	Волонтеры –вожатые, уч-ся 1-5 классов
9	Флешмоб «Здоровое поколение – будущее страны»	15.11.18	Волонтёры, уч-ся 5-11 классов
10	Тренинг здоровья «Кибербезопасность и твое психическое здоровье»	22.11.18	Студенты–шефы Сургутского медицинского института, уч-ся 8-11 классов
11	Школьный радио-выпуск «Азбука здоровья»	29.11.18	Волонтеры, члены школьной радиокompании
12	Марафон здоровья «В здоровом теле – здоровый дух»	12.18	Волонтеры, все учащиеся школы, учителя физической культуры
13	Видео-лекторий, посвященный Всемирному дню борьбы со СПИДом «Проблема ВИЧ и СПИДа в масштабах планеты»	1.12.18	Студенты-шефы Сургутского медицинского института, уч-ся 8-11 классов
14	Выставка творческих работ «Ноты здоровья»	13.12.18	Волонтёры, уч-ся 1-11 классов

15	Школьный радио-выпуск «Азбука здоровья»	20.12.18	Волонтеры, члены школьной радиокompании
16	Спектакль «Приключения Незнайки в стране Витамиnade»	10.01.19	Волонтеры, участники школьной театральной студии, уч-ся 1-4 классов
17	Тренинг «Живи настоящим – думай о будущем»	17.01.19	Студенты-шефы Сургутского медицинского института, уч-ся 8-11 классов
18	Школьный радио-выпуск «Азбука здоровья»	24.01.19	Волонтеры, члены школьной радиокompании
19	Своя игра «Волшебные правила здоровья»	7.02.19	Волонтёры, уч-ся 5-6 классов
20	Лекция «Жизнь без вредных привычек»	14.02.19	Студенты-шефы Сургутского медицинского института, уч-ся 8-11 классов
21	Школьный радио-выпуск «Азбука здоровья»	21.02.19	Волонтеры, члены школьной радиокompании
22	Видео-лекторий «Алкоголь – путь в никуда»	7.03.19	Студенты-шефы Сургутского медицинского института, уч-ся 8-11 классов

23	Школьный радио-выпуск «Азбука здоровья»	14.03.19	Волонтеры, члены школьной радиокompании
24	Акция, посвященная Всемирному дню борьбы с туберкулезом «Брось курить - вдохни свободу!»	23.03.19	Волонтёры, уч-ся 7-11 классов
25	Участие в городской акции «Белая ромашка»	28.03.19	Волонтёры, уч-ся 1-11 классов
26	Урок здоровья в лагере с дневным пребывание детей «Овощи, ягоды, фрукты - для здоровья полезные продукты»	4.04.19	Волонтёры-вожатые, учащиеся 1-4 классов
27	Урок здоровья «Правила здоровья и долголетия»	11.04.19	Сургутского медицинского института, уч-ся 6-8 классов
28	Изготовление буклетов «Семья – институт здоровья» для распространения на общешкольном родительском собрании	18.04.19	Руководитель волонтерского движения, волонтёры, члены школьной редколлегии
29	Школьный радио-выпуск «Азбука здоровья»	25.04.19	Волонтёры, члены школьной радиокompании

30	Защита исследовательских работ на городской научно-практической конференции молодых исследователей «Шаг в будущее»	Апрель-май	Участники волонтерского движения
31	Школьный радио-выпуск «Азбука здоровья»	16.05.19	Волонтеры, члены школьной радиокompании
32	Акция, приуроченная к Международному дню отказа от курения «Территория свободная от табака»	31.05.19	Волонтеры, учащиеся 7-11 классов
33	Спортивные соревнования, посвященные Дню защиты детей «Быть здоровым- здорово!»	1.06.19	Волонтеры-водители, учитель физической культуры
34	Беседа в «Гостях у Витаминки»	7.06.19	Волонтеры-водители, учащиеся 1-5 классов
35	Литературно-игровой час «Ешь правильно -знай правила»	14.06.19	Волонтеры-водители, учащиеся 1-5 классов
36	Оздоровительно-экологическая игра «Здоровье планеты - наше здоровье»	21.06.19	Волонтеры-водители, учащиеся 1-5 классов















Cozy!









Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

80-95% школьників мають порушення в осанці! Пороки осанки у школьників – болезнь 21 века!

80-95% школярів мають порушення в осанці

80-95% школярів мають порушення в осанці









**«Горюхи осанки
— школьная
болезнь»**













